દેશી વૈદાંપર અજવાળું પાડવાનો પ્રયત્ન.

वसंत व्रत. ૪૬૫૨

રોગી તેમજ નિરોગીએ વસંતઋતુમાં સેવવા લાયક

જીવનીય ઔષધ.

(કેવળ વનસ્પતિનું)

ગુજરાતના લોકોને માટે પ્રસિદ્ધ કરનાર

ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળા.

અમદાવાદ—રિચિરોડ.

---

૨૫ વર્ષના શ્રમપૂર્વક અનુભવનું ફળ.

જામનગર "रसशाळा" રૂપ જીવનનું ઝાડ.

માલેક—શ્રી મ. સેશ ધર્માચાર્ય રસવૈદ્ય મણીશંકર વિઠ્ઠલજી ભટ્ટ.

जीवितवर्द्धक मंडळी.

મનુષ્ય જાતની આરોગ્યતા અને આયુષ્યમાં વૃદ્ધિ થવા માટે કેવળ પરોપકાર બુદ્ધિથી નિરંતર વિચાર અને પ્રયત્ન કરનારી હિંદુસ્તાનમાં પહેલીજ દેશી મંડળી।

તંત્રી—મહાત્મા ઝંડુભટ્ટજી ઉર્ફે કરૂણાશંકર વિઠ્ઠલજી ભટ્ટ.

સને ૧૮૯૧.

વસંત વ્રત.

દેશી વૈદ્યાંનો સિદ્ધ થયેલો એક નવો પ્રયોગ.

૪૭૧૩

(પ્રસિદ્ધ કરનાર જામનગર વાળા વૈદ્ય ઝંડુભટ્ટજી.)

મનુષ્ય જાતમાં રોગી અને નિરોગીની સંખ્યાનો વિચાર કરતાં, કાંઈપણ રોગ, દોષ વગરનું શરીર તો હજારે એકાદ માણસનું હોય, એમ કારણ સહિત અનુમાન થાય છે. શરીર સંરક્ષણના નિયમો યથાર્થ નહિ સમજાયાથી, તથા જેટલા સમજાય છે, તેટલા બધા નિયમસર ન પળાયાથી શરીરમાં ગુપ્ત પણે એક જાતના વિષ એટલે દોષનો સંગ્રહ થયા કરે છે. આ વાત ઘણીજ સૂક્ષ્મ હોવાથી દરેક માણસના સમજવામાં આવી શકતી નથી, અને તેથી વસ્તિમાં હરતા ફરતા અને ધંધે ધામે લાગેલા ઘણાએક લોકો, જેમના શરીરમાં ન સમજાય એવી રીતે ગુપ્તપણે એક જાતના દોષનો સંચય થયા કરતો હોય છે, તોપણ, તે દોષનું સ્પષ્ટ ચિન્હ ન દેખાયાથી, બહુધા તે બધા નિરોગીની પંક્તિમાં ગણાય છે: પણ ખરૂં જોતાં તેમ હોતું નથી. નિરોગી ગણાતા અને ઉપર ઉપરથી સાજા સારા માલમ પડતા માણસનું ટુંક મુદતમાં મૃત્યુ સાંભળી તેના ઓળખીતાઓ ઘણીવાર આશ્ચર્ય પામી પ્રશ્ન કરેછે કે તે તો હમણાં સુધી શરીરે સાજો સારો હતો ને! શરીર સંરક્ષણના નિયમોના અજાણપણાને લીધે આશ્ચર્ય થાય એમાં કાંઈ નવાઈ નથી. આવી રીતે એકદમ આવી પડેલા મંદવાડનાં પછી તેના સંબંધીઓ અનેક વહેમ ભરેલાં સાચાં ખોટાં કારણોની કલ્પનાઓ કરેછે, પણ જે ખરી વાત છે, તે તેઓ સમજી શકતા નથી, અને સમજાવનાર મળે છે, તો તે માનવાની આનાકાની કરતા જણાય છે. મરનારના શરીરમાં જે દિવસે અથવા જે સમયે દરદનો દેખાવ થયો, તેજ દિવસે શું તેને તે દરદ થઈ આવ્યું, અને તે પહેલાં તેના શરીરમાં તે દરદનું બીજ શું નહોતું? શું તે બહારથી ઉડી આવીને ચોંટી ગયું? નહીંજ. તેના શરીરમાં ગુપ્ત રીતે તે જાતનો દોષ ઘણા સમય થયાં એકઠો થયાં કરતો હોવો જોઈએ. આત્મઘાત અથવા દૈવયોગે એવાજ બીજા અકસ્માતો થાય છે, તે વાત જુદી છે; પણ તાવ, કાલેરા, ન્યુમોનિઆ વગેરે રોગોનો દેખાવ અમુક દિવસે થયા છતાં, તે દરદો સંબંધી દોષ તો શરીરમાં ઘણા સમય-

નો હાવાજ જોઈએ. આ પ્રમાણે એકઠા થયેલા દોષને બહારની ઝેરી હવાથી કે અયોગ્ય આહાર વિહારથી ઉત્તેજન મળે છે. તુરત તે દોષ તેના મોટા રૂપમાં બહાર નીકળે છે. બહારની ખરાબ હવા માણસની તનદુરસ્તીને હાની પહોંચાડેછે, એ વાતની સત્યતા વિષે કોઈથી ના પાડી શકાય એમ નથી, પણ વિષ એટલે ઝેર ઝેરનું આકર્ષણ કરે છે, એટલે બહારની ઝેરી હવાને શરીર માંહેતું ઝેર ખેચી લેછે, ત્યારેજ બહારની ઝેરી હવા આપણા શરીરને નુકસાન કરી શકે છે. આવી રીતે શરીરમાં એકઠા થતા દોષને પ્રસંગોપાત શરીરમાંથી કાઢી નાખવાના શારીર શાસ્ત્રકારોએ કુદરતી નિયમોને અનુસરીને ઘણા રસ્તાઓ બતાવ્યા છે અને અજ્ઞાન લોકો વગર સમજણે પણ એ હિતકારક રસ્તે ચાલ્યા જાય તેને માટે તેને ધર્મના રૂપમાં ગોઠવ્યા છે.

દષ્ટાંત માટે, આપણા શાસ્ત્રકારો એકાદશીનું વ્રત કરવાની જે આજ્ઞા કરી ગયા છે, તે અંતઃકરણમાંથી લેશ માત્ર પણ વિસરી જવા જેવી નથી. જો કે આજ કાલના યુવાનો તો એ વાતને કેવળ હસી કાઢે છે તથાપિ મહાન્ મતના વિદ્વાનોએ તો જે નિયમ ઘડયો છે, તે બહુજ ઊંડા વિચારથી વિચારપૂર્વકજ ઘડયો છે, એમ ખુલ્લીરીતે કહેવાને અમે બહાર પડીએ છીએ. સમુદ્રમાં જેમ ભરતી ઓટ થાય છે, તેમ આપણા શરીરની નાડીઓમાં લગભગ એકાદશીને દિવસે રસ ચડે છે. આ રસ જઠરાગ્નિને મંદ કરી આપણી શરીરની શકિતને ઘટાડવામાં સહાયભૂત થઇ જીવિતનો નાશ કરે છે. માટે એકાદશીને દિવસે ઉપવાસ કરવાની ધર્મશાસ્ત્રકારોની જે આજ્ઞા છે, તે કપોળ કલ્પિત કે વ્હેમની ભરેલી નહિ પણ શરીર સંરક્ષણના નિયમોને અનુસરીનેજ કરેલી જણાય છે, તથાપિ આશ્ચર્યની સાથે ખેદ થાય છે કે, હાલ કાલ એકાદશીના વ્રત તરફ કેટલાક લોકો તિરસ્કારની નજરથી જુએ છો આમાં પણ એક નવાઇ જેવો માર્ગ કેટલાક આસ્તિક લોકોથી પકડાયો છે! તે એ કે એ લોકો તો વળી અગીયારસને દિવસ ઉપવાસ કરવાને બદલે ખજૂર ખારેક જેવા અતિ ભારવાળા અને શરીરને હાની પહોંચાડનારા પદાર્થો ખાય છે. આ જો વિચારીએ તો અનાજ ખાનારાના કરતાં વધારે નુકશાન કરતા છે. ઉપવાસ ન થઇ શકે તો હિતકારક ફળફળાદિનો થોડો ઘટતો આહાર કરવો એ વધારે સારૂ છે. આ પ્રમાણે શરીરની આરોગ્યતા માટે એકાદશી જેવાં વ્રતની દર પખવાડીએ જેટલી જરૂર છે, તેટલીજ જરૂર રૂતુએ રૂતુએ હવાના ફેરફારની

થાયે થતાં શરીરસંબંધી રસોના ફેરફાર અને પ્રકૃતિ પ્રમાણે આહાર વિહારમાં કેટલાક ફેરફાર કરવાની છે.

વસંત વ્રત એટલે શું ?

બીજ સુધારણા માટે શિશિર રૂતુને આપણા વૈદક શાસ્ત્રકારોએ અનુકુળ માની છે, તે પ્રમાણે "જીવિત જાળવનાર ઔષધ" સેવવાને વસંત રૂતુનેજ મુખ્ય ઋતુ માની છે, આ વસંત રૂતુમાં જીવિતનાં ઔષધ સેવવાનો જે પ્રયોગ છે, તેને અમે "વસંતવ્રત" કહીએ છીએ. આ વસંત વ્રતનો વિધિ અમે હવે પછી આગળ ચે આપીશું, પણ તે પહેલાં "જીવિત જાળવનાર ઔષધ" એટલે શું તે જણાવવાની જરૂર છે, "જીવિત જાળવનાર ઔષધ" એટલે જે ઔષધોના સેવનથી શરીરમાં એકઠો થતો દોષ નીકળી જાય અને જીવિત એટલે જીવન શકિત (Life) નાં પરમાણુઓની વૃદ્ધિ સાથે આરોગ્યતા ભરેલી જીંદગી ભોગવી શકાય. વાંચનારને આ વાંચતાં સહેજ સવાલ ઉઠશે કે શરીરમાંથી દોષને કાઢી નાખે અને જીંદગીને વધારે એવાં પ્રબળ ઔષધ હોય ખરાં ? આ સબંધી વિશેષ વિવેચન કરવાને અહિં જગા નથી, તથાપિ એવી શંકા કરનારને અમે થોડા પ્રશ્ન પૂછીશું, એજ તે શંકાના સમાધાન માટે હાલ તુરત બસ થશે, એમ અમે આશા રાખીએ છીએ.

જુલાબ લેવાનાં અને ઝાડો બંધ કરવાનાં ઓસડો છે કે નહિ ? ઉલટી આણવાના અને થતી ઉલટીને અટકાવવાના ઔષધરૂપ ઉપાયો છે કે નહિ ? ઔષધથી જાડું શરીર પાતળું, અને પાતળું શરીર જાડું થાય છે કે નહિ ? ઔષધથી શરીરનો વર્ણ કાળામાંથી ધોળો અને ધોળામાંથી કાળો કરી શકીએ છીએ કે નહિ ? ગાંડાને ડાહ્યો અને ડાહ્યા માણસને ગાંડો બનાવી દેવાના ઔષધોપચાર છે કે નહિ ? ક્રોધીને શાન્ત, અને શાન્ત પ્રકૃતિવાળાને ક્રોધી બનાવી દેવાના ઉપાયો છે કે નહિ ? એક ક્ષણવારમાં માણસને મૃતપ્રાય કરે એવાં પ્રબળ ઝેરી ઔષધો છે કે નહિ ? જ્યારે આવાં બધાં પરસ્પર વિરોધી ગુણવાળાં ઔષધો અને ઝેરી ઓસડો ઈશ્વરે નિપજાવ્યાં છે, ત્યારે જીવિતને વધારવાવાળી અમૃતરૂપ ઔષધીઓ કેમ ન હોવી જોઈએ ? ગાયના આંચળનો ચેપ બાળકોની ચામડીમાં ઉતરવાથી શીળીના રોગનું બીજ શરીરમાંથી નીકળી જશે એવો ... તે શાસ્ત્રના ... આતમાં આપણે માનતા હતા ? નહોતા માનતા, પરંતુ જ્યારે આપણને આ વાતની ખાત્રી થઇ ત્યારે હવે આપણે ઘણી ખુશીથી આપણાં બાળ-

કોને રસી કઢાવીએ છીએ, અને વળી પાંચ પાંચ સાત વર્ષે ફરી શીળીનો દોષ શરીરમાં એકઠો થયાના દાખલા બને છે, ત્યારે આપણે ફરી પણ શીળી કઢાવવાની કાળજી રાખતાં શીખ્યા છીએ. હમણાંજ એક યુરોપનો ડાક્ટર ક્ષયના રોગને માટે એવોજ એક પ્રયોગ બહાર પાડવાને તૈયાર થયો છે અને તે માનવાને આપણે આતુર છીએ, ત્યારે આપણા વૈદક શાસ્ત્રકારોએ યોગ સિદ્ધિથી સિદ્ધ કરેલા પ્રયોગો, જે આપણાં કમનશીબે કેટલાક પ્રતિકૂળ સંજોગોને લીધે, અત્યાર સુધી અંધારામાં હતા, તેને આપણા આ જાણીતા દેશહિતૈષી વૈદરાજ, પોતાના શ્રમથી, શોધથી અને જાતિ અનૂભવથી સિદ્ધ કરી બહાર પાડે તે, તેને વિશેષ માન આપવાને આપણે આતુર કેમ ન થવું જોઇએ ?

વસંત વ્રત કરવાનો વિધિ.

આ પ્રયોગ એક માસની મુદત સુધી વસંત ઋતુમાં એટલે ફાગણની શરૂઆતથી ચૈત્રની આખર સુધીમાં કરી શકાય છે, અને તેનો વિધિ નીચે પ્રમાણે છેઃ--

૧. પ્રથમ જુલાબ—આગલે દિવસે ભાત દાળ જેવો હલકો ખોરાક ખાઇ બીજે દિવસે હરડેનો જુલાબ લેવો. હરડેનું એક તોલું ચૂર્ણ મધની સાથે ચાટવું એ વધારે યોગ્ય છે. આથી પ્રકૃતિ પ્રમાણે ૨ થી ૬ દસ્ત આવવાનો સંભવ છે. સખ્ત કોઠાવાળાને ઓછા દસ્ત લાગે તો તેણે બીજે ત્રીજે દિવસ ફરી એજ પ્રમાણે જુલાબ લેવો. બધાં મળીને ૮ થી ૧૦ દસ્ત આવા જવાની જરૂર છે. જુલાબને દિવસે ભાત દાળ, ઘી, ખાવાં. અને બીજે દિવસથીજ ઔષધ ખાવાનું છે. બહુ અશક્ત તેમજ ૧૬ વર્ષની નીચેના અને ૭૦ વર્ષની ઉપરનાએ એ જુલાબનો બિલકુલ ઉપયોગ કરવાનો નથી.

૨. ઔષધ—ઓસડ ખાવાની રીત અમે રૂબરૂ બતાવીશું કેમકે તે જુદી જુદી પ્રકૃતિ વાળાને જુદા જુદા અનુપાનથી આપવાનું છે.

૩. ખોરાક—દશ રૂા. ભાર મગ અને ૧ રૂા. ભાર સુકાં આમળાંને ૧૬૦ રૂા. ભાર પાણીમાં પકાવવાં. મગ બરાબર પાકે ત્યારે ચુલેથી ઉતારી હાથવતી ચોળી એકરસ બનાવવું. આ મગનું પાણી, વરીના એટલે સામી ચોખા અથવા દેશી કમોદના ચોખા અને બેથી પાંચ રૂા. ભાર ઘી. પૂરતા ઘી વિના ભાવે નહિ તો ૧૦ રૂા. ભાર સુધી લઇ શકાય.

એવી રીતે ઘી નાખેલા ચોખા અને મગનું પાણીજ ખોરાકમાં લે-

વાનું ... નિમક જેવી વસ્તુ ખાવાની પણ મના છે, તો બાજા પદાર્થો તો કે રીતેજ ઉપયોગમાં લઇ શકાય ? જ્યારે કોઇથી નિમક વિના નથી ખાઇ શકાતું ત્યારે તેને સીંધાલુણની છૂટ દેવી પડે છે ખરી, તથાપિ આ પ્રયોગ કરતી વખતે એ છૂટ નહિ આપવાને શાસ્ત્રકારો ... છે. આપવાનું ઔષધ જો કે કેવળ વનસ્પતિનુંજ છે, અને તે રોગી માણસને ગમે તે રૂતુમાં આપી શકાય છે તોપણ આ રૂતુમાં આ વિધિ પ્રમાણે ખાવાથી આ પ્રયોગનો હેતુ સારી રીતે પાર પડે છે.

આ પ્રયોગના મહિમા વિષે વૈદ્યરાજ ... પોતાના એક લેખમાં નીચે પ્રમાણે લખે છે, તે તરફ ... અમારા વાંચનારાઓનું ધ્યાન ખેંચીએ છીએ:—

“ આ પ્રયોગની મુશ્કેલી તરફ જોવાની કશી જરૂર નથી. જો વિચારીએ તો એમાં નિમક જેવી વસ્તુ નહિ હોવાથી મુશ્કેલી જેવું ભાસે છે ખરૂં; પરંતુ એ પ્રયોગમાં મ્હોટામાં મ્હોટો જે લાભ સમાએલો છે તે તરફ જોતાં હું કહુંછું કે, એ મુશ્કેલી જરા જેટલી પણ ગણત્રીમાં નથી. જે માણસને વૈદ્યવિદ્યાની મહત્તાનું અને સ્વાભાવિક ધોરણનું જ્ઞાન નથી તેને તો શુંજ કહેવું ! તથાપિ પોતાના શરીરનું અને દેશનું કલ્યાણ ઈચ્છનારો તો આ અનુભવ સિદ્ધ પ્રયોગમાં રહેલો લાભ સાંભળી આ મુશ્કેલીને અવસ્ય એક નજીવી મુશ્કેલીજ સમજશે. ધર્મચુસ્ત વણિકોના ઉપવાસો અને મુસલમાનના રોજા જેવી આ મુશ્કેલી નથી. જે કાંઇ થોડી ઘણી મુશ્કેલીછે તે માત્ર નિમક નહિ હોવાનીજ છે. તો તપવિના ફળ કોને મળે ? આ પણ એક તરેહનું તપ છે. પરંતુ આ મુશ્કેલી વેઠવાનો બદલો એવા તો અલભ્ય લાભથી વળેછે કે એક માસ વીત્યા પછી આ પ્રયોગ પાળનારને પુરા હર્ષની પ્રાપ્તિ થયા વિના રહેવાની નથી. આ પ્રયોગનો લાભ લેનારની આરોગ્યતામાં સંપૂર્ણ સુધારો થાય છે એટલુંજ નહિ, પરંતુ તેની દશ વર્ષની આયુષ્ય વધે છે, એવું અમે અનુભવથી સિદ્ધ કરેલું છે. જો આરોગ્ય હોય તો તેને (એ મુદ્દત સુધીમાં) રોગ થતો નથી. અને રોગી હોય ને તે જો રોગ નિર્મૂળ થતાં સુધી સેવે તો તેનો રોગ જાય છે. આ અનુભવ સેંકડે ૭૫ ટકા ખરો પડશે, એમ જો હું કહીશ તો તે લગારે ખોટું નથી; એટલે શીળી કઢાવ્યા હોય ને તેમાં જેમ કેટલાકને ... શીળી ... છે તેટલે દરજ્જે આ પ્રયોગ કર્યા પછી પણ રોગ કે મૃત્યુ થાય તો તેનો નિશ્ચય કર્યો નથી.”

આ પ્રમાણે વસંત રૂતુમાં આ પ્રયેાગ કરવાથી શરીરમાં એકઠો થ-
યેલેા દોષ દુર થયાની સાથે આવતાં દશ વર્ષ સુધી રાગ અને મૃત્યુના
ભયથી મુકત થવાય છે. દશ વર્ષ પછી ફરી વસંત રૂતુમાં એ વ્રત કરવું,
એમ દશ દશ વર્ષે વ્રત કરવાથી જીંદગી વધે છે અને મનુષ્ય જાતની
આયુષ્યની સરાસરીમાં વૃદ્ધિ થવાનેા સંભવ છે. વળી લાખેા રૂપીઆ ખ-
ર્ચતાં પણ જે લાભ ન મળી શકે તે જુજ ખર્ચ કરવાથી અને થેાડુ કષ્ટ
વેઠી લેવાથી મળી શકે છે; કેમકે ઉપર બતાવેલ વિધિ ઉપરથી સમજાશે કે
આ પ્રયેાગમાં ખેારાક અને દવાનું લાભના પ્રમાણમાં ઘણુંજ થેાડું ખર્ચ
થવાનું છે, એટલુંજ નહિ પણ આ પ્રયેાગને સિદ્ધિમાં લાવવાનીખાતર
અને તેના ફળની લેાકેાને ખાત્રી કરી આપવાની ખાતર અશકિતવાળી
જેઓ એાછે ખરચે અગર વગર પૈસે આ ઔષધ ખાવાની ઇચ્છાકરશે
તેા છેવટ તેમ પણ અમારી દવાશાળામાંથી મળી શકશે.

આ પ્રસંગે એક બીજી સુચના અમારે ભૂલી નહિ જવી જોઇએ, તે
એ કે કેટલાંક લાંબી મુદ્દતનાં દરદેા પર કેાઈ પણ દેશી કે અંગ્રેજી ઉપાય
લાગુ પડી શકતેા ન હેાય, તેવાં દરદવાળાઓને છેવટ આ પ્રયેાગનેા અ-
જમાએશ કરવાની અમે ભલામણકરીએ છીએ.

જામનગરની પ્રખ્યાત રસશાળા (માલેક—રસવૈદ્ય મણિશંકર વિઠ્ઠલજી)
તરફથી આ શેહેરમાં (અમદાવાદમાં) દવાખાનું નાખવાનેા જે હેતુ છે, તે
હેતુ કાંઇ અંશે પાર પાડવાની અમે આ પહેલીજ શરૂઆત કરી છે, જેમાં
અમારા પેાતાના લાભ કરતાં પ્રજાનેા વિશેષ લાભ સમાએલેા છે, તે કહે-
વાની કાંઇ જરૂર નથી; કેમકે આ ખાતું આજ ૨૫ વર્ષ થયાં પ્રજાની
ઉન્નતિમાંજ પેાતાની ઉન્નતિ માની પેાતાનું પ્રજોપયેાગી કામ કરતું આવ્યું છે.
દલગીરી એટલીજ છે કે કેટલાક લેાકેા હજુ તે ખાતાના મહત્વને સમજી
શકયા નથી. આજતેા અફીણ, એાળીઓ, ઝેર કેાચલાં અને દારૂ જેવી માદક,
બુદ્ધિને ભ્રષ્ટ કરવાવાળી અને જીવિતનેા ગુપ્તરીતે વિનાશ કરવાવાળી વસ્તુઓમાં
લેાકેા મેાજ માનતા હેાય એવું માલમ પડેછે! હાલના જુવાનેાને તેા મેાહ ઉપ-
જાવનાર, મશાલાદાર ગેાળીઓમાં ગમત મળતી જણાય છે! બિચારી જીવ-
નીય ઔષધીઓમાં એવું પરાક્રમ નથી! તેઓ જુવાનીઆઓના શરીરમાં
ઝમઝમાટ કે ચમચમાટ ઉપજાવતી નથી! તેતેા પેાતાનું ઉત્કૃષ્ટ કામ કીડીનેવેગે
કરેછે તે અમારા આકરા ઉતાવળા જુવાનેાને કેમ ગમે! આ બધુ ફરી
ગયેલું મનનું વલણ શું બતાવે છે! દેશની પડતી! આર્યાવર્ત્તના લેાકેા

જેઓ એક [illegible] પોતાની સાદી રહેણી કરણીથી, સહિ[illegible] ભોગ[illegible]વી અને નિ[illegible] આહાર વિહારથી સરાસરી ૧૦૦ વર્ષનું આયુષ્ય ભોગવતા હતા, તેઓ[illegible] પ્રજા આજે હિમાયલી, હોચકારી, બીકણ અને બાયલી બનતી ત્રણ ભાગનું જીવન ગુમાવી બેઠી છે ! અંગ્રેજ [illegible]પણાથી બમણું આયુષ્ય ભોગવે છે. શારીર સંપત્તિમાં આપણે આટલા બધા ઉતરી ગયાનાં કારણ તપાસીએ તો આપણી પોતાની અજ્ઞાનતા, ભૂલ, ભૂલ અને ભૂલ સિવાય બીજું કાંઇજ નથી. શરીર સંરક્ષણ[illegible]તી નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરી, સવાદીઆ થ[illegible], ઘણા શ્રમ અને નિગ્રહથી વડિલોએ મેળવેલી શારીરિક સંપત્તિને આ[illegible]ણે [illegible] શરીર[illegible] [illegible]ખાલી કરી, હવે બસ થયું છે ! હવે હિંદના લોકો સવાદ કોરે મૂકી પોતાની શારીરિક ઉન્નતિ તરફ પહેલું ધ્યાન આપે તો સારૂં. નહિ તો શરીર અને મનથી બાયલું બનેલું બિચારૂં હિંદુસ્તાન થોડા સમયમાં અધમ સ્થિતિમાં આવી પડશે એવી સ્વદેશહિત ચિંતકોને ચિંતા થઇ છે !

અમદાવાદ
રીચીરોડ.

વૈદ્ય જટાશંકર લીલાધર ત્રિવેદી.
ગુજરાત આર્ય ઔષધશાળા.

અમદાવાદ—[illegible]